顔が見える。声が聞こえる。人をつなぐ。渋谷区からのお便りです。

平成28年（2016年） 8月1日
No.1340
発行｜渋谷区
編集｜広報コミュニケーション課
住所｜〒150-8010 渋谷1-18-21
電話｜03-3463-1211（代表）
公式HP｜www.city.shibuya.tokyo.jp/
公式 Twitter｜@city_shibuya

渋谷区ラジオ体操会連盟の皆さんと参加者の皆さん

自然体で自分らしく続ける。
渋谷区で“生涯現役”の体づくり。

2 区立小中学校の合同学校説明会を実施します ほか
3-5 2016 伝承ホール寺子屋 公開講座 古典の日 面白く嬉しき「狂言入門」 ほか
6-7 たのしく体づくり。渋谷区にあふれる元気な笑顔。
8-11 くらしの情報

★渋谷区役所は庁舎建替えのため、仮庁舎へ移転しています　移転先▶渋谷 1-18-21

区立小中学校の合同学校説明会を実施します

対象　小中学校に入学予定の児童と保護者
※個別相談、放課後クラブの相談も実施します（申込不要）。

	区立小学校		区立中学校
日　程	9月3日（土）		8月27日（土）
場　所	幡ヶ谷区民会館	美竹の丘・しぶや	千駄ヶ谷区民会館
開始時間	幡代 9:40	長谷戸 13:40	渋谷本町学園 9:40
	代々木山谷 9:55	猿楽 13:55	代々木 9:55
	渋谷本町学園 10:10	常磐松 14:10	笹塚 10:10
	中幡 10:25	加計塚 14:25	原宿外苑 10:25
	笹塚 10:40	臨川 14:40	休憩10分間
	西原 10:55	広尾 14:55	上原 10:50
	上原 11:10	鳩森 15:10	松濤 11:05
	富谷 11:25	千駄谷 15:25	鉢山 11:20
		神宮前 15:40	広尾 11:35
		神南 15:55	
個別相談	9:25～11:40★	13:25～16:10★	9:25～11:50

★時間中に放課後クラブのブースも設置します

問学務課学事係（☎3463-2986 FAX5458-4953）
学務課放課後クラブ推進係（☎3463-3068 FAX5458-4953）

学校選択希望制

小中学校の入学時に、通学区域外の学校でも入学を希望できる制度です。29年度の小中学校新1年生を対象に希望校の調査を実施します。

8月中旬～11月上旬 希望校調査
対象児童の保護者に、希望校調査書を送付します。期日までに学務課へ提出してください。

▼

11月下旬 抽選
受入可能人数を超えた学校は、抽選で決定します（通学区域校は、抽選にかかわらず入学できます）。

▼

12月下旬 就学校の指定
「就学通知書」によって就学する学校を指定します。

問学務課学事係（☎3463-2986 FAX5458-4953）

後期高齢者医療制度 新しい被保険者証（藤色）を使用してください

更新に伴い、被保険者全員へ新しい被保険者証を送付しました。
8月1日から使用する被保険者証は、色がオレンジ色から藤色に変更となりました。
※7月31日まで有効の被保険者証（オレンジ色）は、破棄してください。
※28年度住民税の課税所得に基づき、8月1日以降の医療費の自己負担が変更されている場合があります。

問国民健康保険課高齢者医療係（☎3463-1897 FAX5458-4940）

後期高齢者医療制度 葬祭費を支給します

後期高齢者医療制度の加入者が亡くなった場合、葬儀を行なった人に葬祭費を支給します。

▶支給金額　70,000円

▶必要なもの
亡くなった人の被保険者証、葬儀代の領収書、申請者のハンコ
銀行などの口座番号が確認できるもの

▶申請期間
葬儀を行なった日の翌日から2年以内

▶申請場所
区役所仮庁舎第1庁舎2階国民健康保険課高齢者医療係

問国民健康保険課高齢者医療係（☎3463-1897 FAX5458-4940）

児童扶養手当の現況届を提出してください

手当の資格を持っている人に、現況届の書類を送付しました。
資格の継続には現況届の提出が必要となります。

提出期限
8月31日（水）

問子ども青少年対策課子育て給付係（☎3463-2558 FAX5458-4942）

児童扶養手当の加算額が変わります

児童扶養手当法の一部改正により、児童扶養手当28年8月分から第2子および第3子以降の加算額が変更になりました。

	変更前	変更後
第2子の加算額	定額5,000円	全部支給:10,000円
		一時支給:9,990～5,000円（所得に応じて）
第3子以降の加算額（1人につき）	定額3,000円	全部支給:6,000円
		一時支給:5,990～3,000円（所得に応じて）

問子ども青少年対策課子育て給付係（☎3463-2558 FAX5458-4942）

心身障害者福祉手当などの案内

区内在住で、下表に該当する人は、申請により手当を受けることができます。区役所仮庁舎第1庁舎1階障害者福祉課給付係で手続きをしてください。
以前に施設入所や所得超過などのため、受給資格が消滅した人や申請ができなかった人も、受給資格を満たしていれば申請できる場合があります。
申請に必要な書類など、詳しくは問い合わせてください。

手当の種類	受給できる人（次のいずれかに該当する人）		手当額（月額）	受給できない人（次のいずれかに該当する人）
	年 齢	障害の程度		
心身障害者福祉手当	20〜64歳	・身体障害者手帳1・2級、愛の手帳1〜3度 ・脳性まひまたは進行性筋萎縮症 ・東京都難病医療費助成の医療券を受給	15,500円	・施設に入所している ・本人の所得が基準額を超えている ・65歳以上で新規に手帳などを交付されている
		・身体障害者手帳3級、愛の手帳4度	8,000円	
特別障害者手当（※）	20歳以上	・身体または精神に著しく重度の障害があるため、日常生活において常時特別な介護を必要とする（おおむね身体障害者手帳1・2級程度、または愛の手帳1・2度程度で障害が重複している）	26,830円	・施設に入所している ・病院に継続して3か月を超えて入院している ・本人または民法上の扶養義務者の所得が基準額を超えている
障害児福祉手当（※）	20歳未満	・身体または精神に重度の障害があるため、日常生活において常時介護を必要とする（おおむね身体障害者手帳1・2級程度、または愛の手帳1・2度程度）	14,600円	・施設に入所している ・障害を支給事由とする公的年金を受給している ・本人または民法上の扶養義務者の所得が基準額を超えている
重度心身障害者手当（※）	65歳未満	・重度の知的障害で、日常生活について常時複雑な配慮を必要とする程度の著しい精神症状がある ・重度の知的障害と重度の身体障害（2級以上）が重複している ・重度の肢体不自由で両上肢および両下肢の機能が失われ、かつ、座っていることが困難な程度以上の身体障害がある	60,000円	・施設に入所している ・病院に継続して3か月を超えて入院している ・本人（20歳未満の場合は民法上の扶養義務者）の所得が基準額を超えている

※所定の審査があります。

問障害者福祉課給付係（☎3463-1924 FAX5458-4935）

国民年金
65歳から老齢基礎年金の請求ができます

老齢基礎年金を受給するためには、請求の手続きが必要です。

▶対象
65歳以上で、保険料の納付期間と免除期間などの合計が25年以上ある人

▶請求手続き
65歳の誕生日の前日から
※60〜69歳の希望する年齢から受給することもできます。この場合、請求時の年齢に応じて65歳時の受給額から減額または増額され、この額は生涯変わりません。

問国民健康保険課国民年金係（☎3463-1797 FAX5458-4940）
日本年金機構渋谷年金事務所（☎3462-1241）

都営住宅の入居者募集

▶募集住宅
①家族向住宅（ポイント方式）
ひとり親・高齢者・心身障害者・多子・車いす使用者・特に所得の低い世帯向
②単身者、単身者用車いす使用者、単身者・二人世帯向シルバーピア住宅
③事業再建者向定期使用住宅
※申込資格など詳しくは募集案内をご覧ください。

▶募集案内・申込書
8月1〜9日に区役所仮庁舎第1庁舎1階住民戸籍課・2階福祉部住宅係、出張所・区民サービスセンターで配布（③は住宅係のみ）
※休日の配布場所、申込書のダウンロードについては、東京都住宅供給公社HPをご覧ください。

▶申込
8月12日（必着）までに申込書に必要事項を記入し、①・③は東京都住宅供給公社都営住宅募集センター、②は渋谷郵便局へ郵送

問福祉部住宅係（☎3463-1848 FAX5458-4947）
東京都住宅供給公社都営住宅募集センター
8月1〜9日は（☎0570-010-810）、その他の期間と③は（☎3498-8894）

家賃を助成します（住居確保給付金）

離職などにより、家賃の支払いが困難な人に家賃相当額を支給するほか、ハローワークと連携した就労支援を行います。

▶対象
次のすべてに該当する人
・65歳未満で離職または自営業の廃業後2年以内である
・世帯の生計中心者であった、または現在生計中心者である
・現在の収入額が、単身世帯は84,000円に家賃額（上限53,700円）を加えた額未満、2人世帯は130,000円に家賃額（上限64,000円）を加えた額未満である
・世帯の預貯金の合計額が、単身世帯は504,000円以下、2人世帯は780,000円以下である
・国および地方自治体などが実施する類似の貸付・給付などを受けていない
・生活保護を受給していない
・申請者および申請者と同居している親族が暴力団員でない

▶支給方法
入居住宅の貸主などへ口座振込

▶支給月額（上限額）
・単身世帯 53,700円
・2人世帯 64,000円
※収入額に応じた調整あり

担当者の声
生活支援相談窓口を開設しています

▶支給期間　原則3か月
・給付金を利用するには、生活困窮者自立支援事業への申し込みが必要です。
・受給期間中はハローワークを利用した求職活動を行い、定期的に報告する必要があります。
※住居を失った人の相談にも応じます。

問生活福祉課生活支援主査
（☎3463-2116 FAX5458-4933）

＼シブヤ ヘルス チャレンジ／

30代からのボディリフォーム

「タニタ食堂」の(株)タニタと協力して行う、運動指導・栄養指導の効果を数値で実感する参加型プログラムです。期間中に専用の活動量計を使い、インターネットを利用してデータを自己管理します。

ささみオニオン▶

日時	内容
① 9月10日(土) 10:00～12:00	オリエンテーションと目標設定
②10月15日(土) 10:00～12:00	運動セミナー(実技あり)
③11月19日(土) 10:00～12:30	栄養セミナーとタニタ食堂の弁当試食
④12月10日(土) 10:00～12:00	結果報告会

▶場所　代官山スポーツプラザ
▶対象　区内在住・在勤の65歳未満で、次のすべてに該当する人
・インターネットに接続できる
・脳血管疾患または心疾患がない
・医師から運動を止められていない
▶定員　50人(抽選)
▶申込　8月25日(必着)までに所定の申込用紙に記入し、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所地域保健課健康推進係へ郵送またはFAXで
※申込用紙は区役所仮庁舎第3庁舎1階地域保健課で配布、区HPでダウンロード可

問地域保健課健康推進係(☎3463-2412 FAX5458-4978)

特別養護老人ホームなどの指定管理者候補事業者を募集します

▶対象施設
けやきの苑・西原、総合ケアコミュニティ・せせらぎ
ケアコミュニティ・原宿の丘、ひがし健康プラザ
ケアステーション笹幡、グループホーム笹塚
▶対象事業
特別養護老人ホーム、ショートステイ、デイサービス、認知症高齢者グループホーム
▶受付期間　8月29日(月)～9月2日(金)
▶募集要項
8月1～12日に区役所仮庁舎第1庁舎1階高齢者福祉課福祉計画係で配布
※区HPでダウンロード可

問高齢者福祉課福祉計画係(☎3463-1868 FAX3463-2873)

清掃・リサイクル審議会の委員を募集します

区長の附属機関として審議会を設け、一般廃棄物の発生抑制、再利用の促進および適正な処理について審議しています。

▶対象　区内在住で20歳以上の人
▶募集人数　若干名
▶任期　28年9月から2年間
▶応募方法
8月17日(必着)までに「渋谷区らしいリデュース・リユースの方策」をテーマとした800～1,200字程度の作文、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入し、〒150-0002渋谷1-2-17渋谷区役所美竹分庁舎清掃リサイクル課リサイクル推進係へ郵送・メールまたは持参

問清掃リサイクル課リサイクル推進係
(☎5467-4073 FAX5467-4076
✉recycle-suisin@city.shibuya.tokyo.jp)

ダイオキシン類・アスベスト濃度調査結果

渋谷区ダイオキシン問題等審議会では、27年度の大気中のダイオキシン類・アスベスト濃度調査の結果、区内の環境が、暮らしに問題ない安全なレベルであることを確認しました。

ダイオキシン類

(単位:pg-TEQ/m³ ※1)

調査地点	26年度	27年度		
	年平均値	年平均値	夏期平均値	冬期平均値
加計塚小学校	0.034	0.025	0.018	0.032
神宮前小学校	0.032	0.027	0.024	0.029
鳩森小学校	0.035	0.024	0.016	0.031
中幡小学校	0.031	0.023	0.013	0.032
富谷小学校	0.031	0.023	0.019	0.026
猿楽小学校	0.032	0.020	0.014	0.027
6地点平均値	0.033	0.024	0.017	0.030
渋谷清掃工場	0.051	0.024	0.020	0.027

◎調査期間
夏期:27年6月15～22日
冬期:27年12月1～8日

◎環境基準 ※2
年平均0.6pg-TEQ/m³以下

※1 1pg(ピコグラム)は、1兆分の1gです。TEQとは毒性等量のことで、最も毒性の強い2,3,7,8四塩化ダイオキシンに等価換算した数値です。
※2 環境基準とは、人の健康を守り、望ましい生活環境を保全するために国が定めた基準です。

アスベスト濃度

(単位:本/リットル)

調査地点	総繊維数濃度	調査日
笹塚交差点	0.056未満	28年2月24日
笹塚交差点後背地	0.056未満	
初台交差点	0.056未満	
初台交差点後背地	0.056未満	
富ヶ谷交差点	0.056未満	28年2月23日
富ヶ谷交差点後背地	0.056未満	
北参道交差点	0.056	28年2月24日
北参道交差点後背地	0.056未満	
渋谷橋交差点	0.056未満	28年2月23日
渋谷橋交差点後背地	0.056未満	
渋谷駅前交差点	0.056未満	

◎測定方法
吸引時間:10:00～16:00のうち4時間
採気量:2,400リットル
測定単位:大気1リットルあたりの総繊維本数
検出下限値:0.056(本/リットル)
※環境省アスベストモニタリングマニュアル第4.0版による測定方法に準拠しています。

◎参考基準
大気汚染防止法による事業場の敷地境界での基準:10(本/リットル)以下

問環境保全課環境計画推進係(☎3463-2749 FAX5458-4903)

古典の日

面白く嬉しき「狂言入門」

3館タイアップ公演

**3回目となる今年の古典の日は
日本人の「コトバとカラダ」を追求する「狂言入門講座」。**

- ▶日時　11月1日(火)18:30開演(18:00開場)
- ▶場所　文化総合センター大和田6階伝承ホール
- ▶演目　月見座頭
- ▶出演　善竹十郎ほか
- ▶司会進行　伝承ホール寺子屋プロデューサー 鈴木英一
- ▶ゲストパネラー　松濤美術館学芸員、コスモプラネタリウム渋谷解説員
- ▶費用　1,500円(全席指定)
- ▶申込　9月4日から下記で販売
  - ・チケットぴあ(☎0570-02-9999、Pコード452-708)
  - ・文化総合センター大和田3階ホール事務室

◇区民先行優待販売 ※無くなり次第終了

- ▶日時　8月7日~9月3日10:00~19:00(土・日曜日、祝日は17:00まで)
- ▶場所　文化総合センター大和田3階ホール事務室
- ▶対象　区内在住・在勤・在学の人
- ▶費用　1,000円(全席指定)
- ▶持参　区内在住・在勤・在学を証明できるもの

古典の日 3館ぐるっと特典

古典の日「狂言入門」来場時に、松濤美術館とコスモプラネタリウム渋谷それぞれのチケットの半券提示で限定グッズを進呈します。

※半券は、28年8~10月のイベントに限る。松濤美術館とコスモプラネタリウム渋谷のイベントについては各HPをご覧ください。

関連イベント

松濤美術館

※別途、入館料が必要です。

◇「月-夜を彩る清(さや)けき光」展

- ▶日時　10月8日(土)~11月20日(日) 10:00~18:00(金曜日は20:00まで)

◇月の音楽会

- ▶日時　10月22日(土)14:00から
- ▶出演　常磐津和英太夫ほか
- ▶定員　80人(先着)
- ▶申込　当日会場で

関連イベント

コスモプラネタリウム渋谷

◇秋の星空と月のお話

- ▶日時　11月1日(火)20:45~21:30(20:30開場)
- ▶場所　文化総合センター大和田12階
- ▶費用　500円、小中学生200円(入場料) ※未就学児入場不可 「狂言入門」チケットを購入した先着80人は無料(事前申込)
- ▶申込　9月4日から文化総合センター大和田3階ホール事務室で

問文化総合センター大和田ホール事務室(☎3464-3252 FAX3464-3289)

2015「渋谷金王丸伝説」

2公演

2016伝承ホール寺子屋

カブキ踊り「渋谷金王丸伝説」

**渋谷のヒーロー金王丸とカブキ者たちが出逢う。いざやカブかん。
不死身の金王丸、異国の王となる。**

- ▶日時　11月27日(日)11:00、14:00開演(いずれも開演30分前開場)
- ▶場所　文化総合センター大和田6階伝承ホール
- ▶出演　市川染五郎、渋谷区民カブキ踊り(2016伝承ホール寺子屋塾生)ほか
- ▶費用　5,000円、高校生以下の人1,500円(全席指定)
- ▶申込　8月31日10:00からチケットぴあ(☎0570-02-9999、Pコード452-905)で販売

◇区民先行優待販売 ※無くなり次第終了

- ▶日時　8月13日から 10:00~19:00(土・日曜日、祝日は17:00まで)
- ▶場所　文化総合センター大和田3階ホール事務室
- ▶対象　区内在住・在勤・在学の人
- ▶費用　4,000円、高校生以下の人1,000円(全席指定)
- ▶持参　区内在住・在勤・在学を証明できるもの

問文化総合センター大和田ホール事務室(☎3464-3252 FAX3464-3289)

町会に入ってみませんか

町会は地域の生活環境の向上を目指して
さまざまな活動を行う、任意の団体です。

Q.町会は何をしていますか?

A.地域をより安全・安心にするために知恵を出し合い自主的に日々活動しています。
まちの美化・リサイクル・防災活動、高齢者の見守りや防犯、交通安全などです。

Q.会費はありますか?

A.各町会で決めていて、1か月数百円程度です。
マンションなどの集合住宅の人は、管理費に含まれている場合もあります。

Q普段、家にいないことが多く、地域とはあまり関係がないのですが?

A.もし災害が起きたら、頼りになるのは顔見知りの地域の人たちです。町会を通じて身近な知り合いを増やすことは大切な家族を守ることにもつながります。

Q.子ども向けの行事などはありますか?

A.子ども会や地域のお祭りなど、たくさんの行事があり、親子で楽しめます。子どもたちも友達ができ、家族ぐるみの付き合いも生まれます。

※加入方法など詳しくは、区HPをご覧ください。

問地域振興課地域振興係(☎3463-1649 FAX5458-4906)

たのしく体づくり。渋谷区にあふれる元気な笑顔。

体を動かすことは、丈夫な体をつくるためにはもちろん、心の健康にとっても大切なこと。区内には、年齢を重ねながら自分のペースでたのしく体づくりを続けている、多くの人がいます。

渋谷のラジオで出張インタビュー

渋谷区ラジオ体操会連盟 会長　舟久保輝雄（ふなくぼ てるお）さん
渋谷区ラジオ体操会連盟　和久井良子（わくい よしこ）さん
渋谷区ラジオ体操会連盟　田島健一（たじま けんいち）さん
渋谷区ラジオ体操会連盟　関 博義（せき ひろよし）さん

── 皆さん、ラジオ体操の指導員の資格をお持ちということですが、ラジオ体操を始めてどのくらいですか？

舟久保：私は、ラジオ体操歴は20年くらいです。中学校のPTA会長をしていたときに、連盟の人たちに誘われて始めました。和久井さんは、もっと長いですよね。

和久井：私はラジオ体操が全国で始まった年と同じ、昭和3年生まれなんです。だから、なんだか、運命みたいなものを感じていて、早いもので半世紀以上、ラジオ体操を続けています。40代で指導員になって、70代のときには、2度ほど、ラジオ体操の指導をしに、ブラジルまで行ったこともありました。

田島：和久井さんにラジオ体操を教わったという人は、たくさんいますよね。私は、神宮外苑でラジオ体操をするようになって、58年近くたちますが、雨の日も、雪の日も、ほぼ休まずに一年中、ずっと続けています。

関：私の場合は、ちょうど退職をするくらいのときに誘われて、それから30年以上になります。仲間も増えそうだし、家にこもっているよりも、外に出たほうがいいんじゃないかと思って、始めました。参加しているうちに、「教習に行って指導員になれば、台の上に立って、みんなに教えられるよ」なんて勧められて。それで指導員の教習会に参加したんです。

── 指導員の活動としては、どんなことをするんですか？

舟久保：毎朝のラジオ体操のほかにも、ラジオ体操のレクチャーをしに、あちこちに行きますよ。地区の運動会やお祭りが始まる前に、準備運動としてラジオ体操をするときには、皆さんと一緒に体操したりもします。

和久井：あとは、夏休みシーズンに小学校や地区で実施する朝のラジオ体操の指導もしますね。

── そこまで長く続けられるのは、なぜですか？

和久井：ラジオ体操は柔軟運動だから、最初から最後まで、自分に無理のない範囲でできるんですよ。立ち上がるのがつらい人は、座ったままでやったっていいんです。だから長く楽しく続けられるんだと思います。

田島：私はやっぱり、仲間に会えるからですね。もちろん、自分の健康維持のためもありますけど、毎朝、皆さんに会えるのが楽しみなんです。

舟久保：ラジオ体操には「いつでも、どこでも、だれとでも」というキャッチコピーがあるんですよ。本当にその言葉の通りで、自分の体でできる範囲で、気軽にやれるものなんですよね。私は気負いすぎずに、呼吸するごとく自然体で続けていますね。雨の日は休みますし（笑）。

── 毎朝、早起きするのは大変ではないですか？

関：もうすっかり慣れてしまって、どこにいても、旅行先でも５時には目が覚めるんですよね。ラジオ体操は、目覚まし運動なんですよ。体操をしていると、だんだんと体が目覚めていく感じがします。

舟久保：ラジオ体操を始めて、１年くらいしたら習慣になりましたね。子どものお弁当を作るのに早く起きるのと同じような、自然な感覚というか…。私は、仕事の都合で、寝るのが夜中の１時、2時になってしまうときもありますけど、そういうときも目が覚めるから、行くんです。それで体操をしたあとは、朝ごはんがとにかくおいしいんですよ。この年になっても、朝からごはんがおいしいと感じられるのは、ラジオ体操のおかげですね。だから続けられるのかな（笑）。

田島：そうそう。お腹が空くんですよね。それで朝からついつい、食べ過ぎちゃう（笑）。

舟久保：時間がなくて朝ごはんを食べない若い人たちも多いと聞きますけど、やっぱり朝ごはんは、ゆっくり、しっかり食べるのが精神衛生の面でも大切だと思います。夏休みのラジオ体操のときは子どもたちも参加するので、そんな話もしています。

── 子どもたちが参加する夏休みは、さらににぎやかになりそうですね。今朝も、平日にもかかわらず、たくさんの人が参加していたので、ビックリしました。

関：代々木大山公園は、いつも70人くらいの方々が参加しているんじゃないでしょうか。他の地域はもっと多い？

舟久保：私は普段、別の会場でラジオ体操をしていますが、時には100人以上になるときもありますね。田島さんの会場はもっといるんじゃない？

田島：そうですね。老若男女、さまざまな人が来ていますよ。若い人も、小さなお子さん連れのお母さんもいるし、親子三代で来ている人も。夏休みでいうと、私の地域では地元の町会が中心になって、子どもたちとラジオ体操をしているんです。それで体操の後には、スイカ割りや宝探しなど、毎回、いろんなイベントをしているんですよ。参加してくれるお子さんや、そのご家族も喜んでくださっていますね。

── 区内のいろいろなところで、それぞれの地域の皆さんが集まって、ラジオ体操をしているんですね。

舟久保：通年で行なっているラジオ体操会場は、この代々木大山公園のほかにも、代々木公園や幡ヶ谷の七号通り公園、広尾公園、神宮外苑など、７か所にあります。

── どんな人にラジオ体操に参加してほしいと思いますか？

田島：老若男女、どなたでも来ていただけたらうれしいです。

舟久保：若い人たちにぜひね。

和久井：年齢を問わず、いろいろな人に参加してもらえるといいですね。難しい動作もないですし、全身を伸ばすから気持ちもいいですよ。仲間が増えていくのもうれしいですよね。

関：私は、自分もそうだったように、定年退職する世代におすすめしたいなと思いますね。ラジオ体操に来ている人たちって不思議と若く見えるんですよ。自分も年をとった気がしなくて、10年くらいあっという間にたってしまう（笑）。90歳くらいまではラジオ体操を続けていきたいなと思っています。

代々木大山公園にて

この人に聞きました！

渋谷区太極拳連盟 代表　立石朝士（たていし ちょうじ）さん

── 立石さんは、太極拳に取り組むようになって、どのくらいですか？

20歳から始めて、人生の３分の２を太極拳に費やしてきました。中国武術の"できるだけ力を入れずに相手の力を利用して強い気を出す"という考えに興味を持って、太極拳や合気道などを学ぶようになりました。若いころは、中国の武術家たちのもとを訪ねて勉強したこともありましたね。

── 太極拳とは、どんなものなのでしょうか？

筋肉に力を入れて、体を早く強く動かしてパフォーマンスをするのが普通のスポーツだとすると、太極拳はその真逆です。できるだけ筋肉の力を抜いて、できるだけ遅く、一つの動作のために全身で動くということを追求します。筋肉や関節を緩ませて血管を広げ、全身に血を巡らせる運動です。「運動＝早く、強く、美しく、体を動かすこと」という固定概念を持っている方々には、新鮮に感じられると思いますね。

── 区の「健康はつらつ事業」で講師をされていますよね。

区内６か所で実施している太極拳講座で、そのうちの3か所を担当しています。講座では「24式太極拳」という太極拳の基本となる型に取り組んでもらっています。

── 参加者からは、どんな声が寄せられていますか？

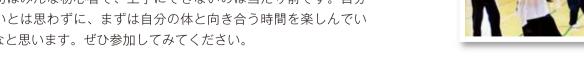
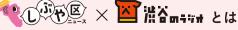
「病院に通う回数が減った」「腰痛がよくなった」という人もいます。中には、講座に来るときに杖をついて来たのに、帰るときには忘れて行かれた人もいましたね（笑）。講座では"脳の体操"として受講者同士のおしゃべりも大切にしています。家にこもりがちな高齢者も多いので、話をすることで脳を緩ませるんです。それで太極拳をして脳と体をほぐすことで、体の不調が楽になり、杖もいらなくなってしまうという（笑）。

── 奥深い太極拳ですが、道具もいらないですし、参加しやすいですね。

何事も、最初はみんな初心者で、上手にできないのは当たり前です。自分にはできないとは思わずに、まずは自分の体と向き合う時間を楽しんでいただきたいなと思います。ぜひ参加してみてください。

「健康はつらつ事業」太極拳講座の様子

渋谷区の番組を放送中です

ラジオ しぶや区ニュース（10分間）	渋谷隣人祭り（45分間）	hello from Shibuya（30分間）	ラジオ しぶや区ニュース（区長の部屋ほか）（10分間）
月〜木 11:00／16:00／21:50	火 11:15	火 16:20	金 11:00／17:00／19:50
「しぶや区ニュース」の情報を発信します	渋谷区で活躍する様々な人が登場します	区内の外国人を招いて話を伺います	長谷部健 渋谷区長が出演する場合もあります

しぶや区ニュース × 渋谷のラジオ とは？

リニューアルした「しぶや区ニュース」では毎号、「渋谷のラジオ」と連動したページを掲載。「しぶや区ニュース」と「渋谷のラジオ」が連携して、人と人のつながりが広がる紙面をお届けします。

渋谷のラジオ　周波数：87.6MHz FM　☆公式アプリでも聴取可能
住所｜渋谷3-22-11 サンクスプライムビル1階　TEL｜6712-6876
FAX｜5778-9620　E-MAIL｜info@shiburadi.com　HP｜https://shiburadi.com/

問広報コミュニケーション課広報広聴係（☎3463-1287 FAX5458-4920）

SHIBUYA's Life Information

くらしの情報

日日程・時間　場場所・会場　内内容　講講師　対対象・資格（在住・在勤・在学は渋谷区内）　定定員・人数
費費用（記載なしの場合は無料）　持持ち物（特に必要なもの）　申申し込み・応募方法　問問い合わせ
HPホームページ　子ども向け　子育て世代向け　高齢者向け

ハガキ・ファクスなどの記入例

希望講座・コース
①〒・住所※
②氏名（ふりがな）
③年齢
④電話番号
・その他（生年月日、性別など）

①～④をすべて記入してください。
※在勤の人は勤務先・所在地、在住・在学の人は学校名（学年）・所在地を記入
・申込は原則1人1通
・往復ハガキの場合は、返信用の住所・氏名も記入してください。

電子申請で申込可

保健

健康診査の受診券を8月中旬に発送します

●第2期 渋谷区健康診査（渋谷区国保特定健診・後期高齢者健診）
受診期間 11月30日㈬まで
対 8～11月生まれで、次のいずれかに該当する人
①渋谷区国保に4月1日以降引き続き加入し、29年3月31日現在40歳以上である
②後期高齢者医療被保険者証を持っている
※①・②に該当しない人は健康保険組合などに問い合わせてください。
※4月2日以降に渋谷区国保に加入した人は国民健康保険課経理係（☎3463-1768 FAX5458-4940）に相談してください。
申 指定医療機関（受診券に同封の一覧参照）へ電話で

●第2期 成人歯科・口腔（こうくう）機能維持向上健康診査
受診期間 11月30日㈬まで
対 在住の8～11月生まれで、29年3月31日現在で節目年齢（20～85歳の5歳刻み）の人
申 指定医療機関（受診券に同封の一覧参照）へ電話で
問 地域保健課健康推進係
（☎3463-2412 FAX5458-4978）

幼児の食事とおやつ

日 9月8日㈭10:00～11:30
場 幡ヶ谷保健相談所
内 食生活と簡単にできるおやつの紹介（試食あり）
講 栄養士
対 在住の1歳6か月～3歳児と保護者
定 15組（先着）
申 8月10日から電話で
問 地域保健課母子保健・産前産後ケアセンター
（☎3463-2444 FAX5458-4978）

保健所健診

日 9月13日㈫、10月11日㈫
いずれも9:00～10:30に受付
※別途結果説明日あり
場 区役所仮庁舎第2庁舎1階保健所
内 血液・尿・胸部エックス線検査、診察、骨量測定（女性のみ）など
対 在住で、次のいずれかに該当する人
①18～39歳で渋谷区国保に未加入で、健診機会がない
②4歳以下の子どもを育てている女性（託児あり）
定 各日35人（先着）
申 8月15日9:00から電話で
問 地域保健課健康推進係
（☎3463-2412 FAX5458-4978）

催し物

渋谷交響楽団 定期演奏会

日 9月19日㈷14:00開演（13:30開場）
場 文化総合センター大和田4階さくらホール
曲目 チャイコフスキー交響曲第1番ほか
指揮 前田淳氏
定 600人（先着）
申 当日会場で

●20組40人（抽選）を招待します
申 8月31日（必着）までに往復ハガキで（記入例参照）、〒150-0021恵比寿西1-23-4長谷戸社会教育館内渋谷交響楽団へ
※1通につき2人まで、メールも可（✉info@shibuya-orche.org）、詳しくは渋谷交響楽団HPまたは電話で（☎070-6660-3643 ※10:00～17:00）

▲昨年の演奏会の様子

問 文化振興課交流推進係
（☎3463-1142 FAX3464-3406）

新しい子どもの歌コンサート

日 8月18日㈭13:30～16:00（13:00開場）
場 文化総合センター大和田6階伝承ホール
曲目 「ぶどう村」「れもん」「ピーマンくん」ほか
出演 原宿少年少女合唱団、シブヤイーストシンガーズ、特別演奏＝平野裕樹子氏（ピアノ）、田村佳子氏（独唱）、ゲスト＝ボニージャックス 西脇久夫氏
定 330人（先着）　申 当日会場で
問 文化振興課交流推進係
（☎3463-1142 FAX3464-3406）

火星と土星観望会

日 8月22日㈪20:00～21:30
場 文化総合センター大和田12階
内 プラネタリウムで当日の星空解説後、望遠鏡で火星・土星と夏の星を観望
※悪天候の場合はプラネタリウム投影のみ

▲望遠鏡で見える土星（イメージ）

講 コスモプラネタリウム渋谷解説員
対 在住・在勤・在学の人（小学生は保護者同伴）
定 40人（抽選）
申 8月14日20:00（必着）までにファクスまたは往復ハガキで（記入例<全員分>のほかファクス番号）、〒150-0031桜丘町23-21文化総合センター大和田12階「プラネ8係」へ ※1通につき4人まで
問 コスモプラネタリウム渋谷
（☎3464-2131 FAX3464-2148）

子ども向け施設のイベント・教室

施設の案内は12ページへ！

フレンズ本町

●ローラースケート教室「親子ですべろう」
日 8月6日㈯・7日㈰・13日㈯・14日㈰
10:00～11:20 ※悪天候の場合は中止
講 ローラースケート場指導員
対 小学生以上と保護者
定 各5組10人（先着）
持 飲み物、タオル、靴下

●アクティブカルチャープロジェクト ストリートスポーツチャレンジ in渋谷
日 8月19日㈮・20日㈯
10:00～12:00、13:00～15:00（二部制）
内 ストリートスポーツの体験（ダブルダッチ、シングルロープ、アクロバットなど）、パフォーマーの実演
※詳しくはフレンズ本町HPで
講 PADMA（パドマ）ほか
対 小学生～高校生

●共通事項
申 当日会場で
場・問 児童青少年センター フレンズ本町
（☎3377-5160 FAX3377-5162）

かぞくのアトリエ

●「おやこきょうしつ」（後期コース）

日 10月～29年2月10:00～12:00
※年齢別の各クラスで月1回開催、詳しくはかぞくのアトリエHPで
内 からだあそびやおとあそび、ものづくりや食育、子育てに役立つおはなし会など
対 在住の0～3歳児と保護者
定 各クラス12組（抽選）
申 8月23日17:00までにかぞくのアトリエHPまたは窓口で
場・問 こども・親子支援センター かぞくのアトリエ
（☎6276-5521 FAX5352-9890）

例年掲載している記事は、その年によって掲載時期が異なる場合がありますので、ご注意ください。

庁舎アクセス

A 渋谷区役所仮庁舎（第1～3）
〒150-8010 渋谷1-18-21

B 渋谷区役所美竹分庁舎
〒150-0002 渋谷1-2-17

C 渋谷区防災センター／区民サービスセンター
〒150-8510
渋谷2-21-1 渋谷ヒカリエ 8階

D 渋谷区役所神南分庁舎
〒150-0042 宇田川町5-2

E 文化総合センター大和田
〒150-0031 桜丘町23-21

講座・教室

介護職員が教えるヨガ体操

日8月25日㈭14:00～15:30
場ひがし健康プラザ
対在住の人
定10人程度（先着）
申8月11日から電話で
問ひがし健康プラザ高齢者在宅サービスセンター（☎5466-2681 FAX5466-2682）

子育て教室「子育てに絵本を」

日9月14日㈬14:00～15:30
講絵本研究家　勝尾栄絵氏
対在住の未就学児の保護者
定30人（先着）
※託児（16人）あり
申8月15日から電話・窓口で

▲いろいろな種類の絵本を紹介します

場・問代官山子育て支援センター（0120-87-1152 FAX3464-1143）

文学・文化教養講座

●「中世・江戸・現代　読まれ継がれる名作古典－徒然草」（全10回）
日9月20日～11月22日の㈫13:00～15:00
場リフレッシュ氷川
講東洋大学名誉教授　河地修氏
定180人（抽選）
費1,000円（教材費）

●「浮世絵から学ぶ江戸時代の文化と庶民のくらし」（全8回）
日10月5日～12月7日の㈬19:00～20:30
※10月12日、11月23日を除く
場上原社会教育館
講國學院大學文学部教授　藤澤紫氏
定80人（抽選）
費1,600円（教材費）

●共通事項
申8月20日（消印有効）までに往復ハガキで（記入例のほか性別）、〒150-0042宇田川町5-2渋谷区役所神南分庁舎生涯学習振興課生涯学習係へ
問生涯学習振興課生涯学習係（☎3463-3049 FAX3463-3822）

地域交流会しゃべり場「電力自由化について－何が変わるの?」

日9月6日㈫14:00～16:00
場総合ケアコミュニティ・せせらぎ
講東京電力エナジーパートナー㈱向井一夫氏
対在住・在勤・在学の人
定30人（先着）
申8月8日から電話で
問しぶやボランティアセンター（☎5790-0505 FAX5790-7521）

社会教育館講座「初歩からわかる詩吟」（全7回）

日9月9日～10月21日の㈮14:00～16:00
内漢詩や和歌などを吟ずる芸能で、日本の伝統文化に触れながら、発声による健康増進を図る
講渋谷区吟剣詩舞道連盟理事長　山口嶺津氏
対在住・在勤・在学で高校生以上の人
定20人（抽選）
申8月16日までに電話・窓口で
場・問幡ヶ谷社会教育館（☎3376-1541 FAX3375-9278）

高齢者ケアセンター

共通事項
対在住の65歳以上で、介護保険サービスを利用していない、自分で来所できる人
※健康教室「サルコペニアについて」は、在住・在勤の人
場・問高齢者ケアセンター（☎3770-0217 FAX3770-8128）

講座名・日時など	定員	申込
映画会「オデッセイ」 8月26日㈮14:00～16:25	50人（先着）	当日会場で
チェアロビクス 8月29日㈪10:00～11:00 内腹部の引き締めに効果的な簡単エクササイズ	40人（先着）	8月10日から電話で ※㈪～㈯ 9:00～17:00
導引養生功 8月29日㈪13:30～15:00 内心身の緊張をほぐし、身体のバランスを回復して自然治癒力を高める運動	40人（先着）	
健康講座「FUSION（フュージョン）」 8月31日㈬13:30～15:00 内ヨガ・ピラティスの要素を取り入れた、運動が不慣れな人にもできるエクササイズ	40人（先着）	
おしゃべりランチタイム「肉料理」 9月2・16日㈮ ※いずれかを選択 12:00～13:00 費900円（食事代）	各20人（先着）	
ピアノで歌おう 9月2日㈮・21日㈬14:00～15:30 ※重複申込可 費300円（教材費）	各50人（先着）	
健康教室「サルコペニアについて」※ 9月3日㈯13:00～14:00 講渋谷道玄坂クリニック院長　黒堀ゆう子氏	50人（先着）	
英語で歌おう 9月12・26日㈪ ※いずれかを選択 11:00～12:00 費200円（教材費）	各16人（抽選）	8月15日までに電話で ※㈪～㈯ 9:00～17:00

講座名・日時など	定員	申込
英会話（全2回） ①初級 9月12・26日㈪10:00～10:50 ②中級 9月6・20日㈫10:00～10:50 ③上級 9月6・20日㈫11:00～11:50 ※重複申込不可 費①500円（教材費） ②・③300円（教材費）	①16人（抽選） ②20人（抽選） ③20人（抽選）	8月15日までに電話で ※㈪～㈯ 9:00～17:00
英語で書いてみよう 9月13日㈫13:00～14:30 費300円（教材費）	28人（抽選）	
ユーカリクラブ（10月～29年3月） ①水墨画　第1・2㈪ ②書道　第3・4㈪ ③茶道　第1・2㈫ ④民謡　第3・4㈫ ⑤水彩画　第1・2㈬ ⑥民舞　第1・2㈬ ⑦紙フラワー　第3・4㈬ ⑧ちぎり絵　第1・2㈭ ⑨詩吟　第1・3㈮ ※いずれも時間は14:00～15:30 ※2講座まで受講可 費教材費実費	各20人（抽選） ※③のみ15人（抽選）	8月19日（必着）までに往復ハガキで（記入例のほか生年月日、希望講座名を2つまで）、〒150-0041神南1-8-6高齢者ケアセンター「ユーカリクラブ担当」へ
体操（10月～29年3月） ①ヨーガ・月曜　月3回の㈪ ②ヨーガ・木曜　月3回の㈭ ③ピラティス　月4回の㈫ ④太極拳　月4回の㈬ ⑤健康体操　月4回の㈮ ※いずれも時間は10:00～11:30 ※重複申込不可	各40人（抽選） ※④のみ35人（抽選）	8月19日（必着）までに往復ハガキで（記入例のほか生年月日、希望コース名を1つのみ）、〒150-0041神南1-8-6高齢者ケアセンター「福祉センター担当」へ

講座・教室のつづき

介護予防のための「高齢者健康トレーニング教室」

	場所・問い合わせ	日時	
①	杜の風・上原（全16回）☎6407-4233 FAX6407-4234	9月1日～10月27日の(月)・(木) ※9月19日を除く	15:30～16:45
②	恵比寿社会教育館（全13回）☎3443-5777 FAX3443-5778	9月2日～10月24日の(月)・(金) ※9月19日、10月7・10日を除く	14:00～15:30
③	中幡小学校温水プール（全13回）☎3376-1069 FAX3376-1072	9月2日～10月14日の(水)・(金)	14:00～15:30
④	美竹の丘・しぶや（全12回）☎5464-6800 FAX5464-6801	9月7日～10月14日の(水)・(金)	13:30～15:00

内マシントレーニング、ボール・セラバンドを使った運動など
対在住の65歳以上で、自分で通所ができ、運動について医師の許可を得ている人
定①10人、②・③各6人、④15人（いずれも抽選）
費1,200円程度（保険料など）
申8月15日までに電話で ※重複申込不可

「歯っぴい健口（けんこう）教室」－楽しくしゃべる・噛（か）める・飲み込める（全4回）

日9月2～23日の(金)14:00～16:30
場総合ケアコミュニティ・せせらぎ
内歯科医師指導による口腔（こうくう）清掃実習、健口（けんこう）体操、唾液腺マッサージなど
対在住の65歳以上で、自分で通所できる人
定20人（抽選）
申8月18日までに渋谷区口腔保健支援センタープラザ歯科診療所（☎5466-2770）、または渋谷区歯科医師会（☎3770-2341）へ電話で
問高齢者福祉課サービス事業係（☎3463-1873 FAX3463-2873）

シニアいきいき大学「健康麻雀入門」（全12回）

日9月9日～11月25日の(金)10:00～12:00
場麻雀クラブ もみぢ（千駄ヶ谷1-7-9 コーヨービル5階）
講全国麻雀段位審査会七段　岡山康行氏
対在住で60歳以上の人
定32人（抽選）
費2,000円
申8月15日（必着）までに往復ハガキで（記入例のほか生年月日）、〒150-0031桜丘町23-21文化総合センター大和田内シニアいきいき大学事務局へ
問シニアいきいき大学事務局（☎3464-5171 FAX3464-5172）

アイリス講座「災害のこと 多様な視点で準備しよう－LGBTの視点を素材として」

日9月10日(土)14:00～16:00
内過去の災害を教訓に、困難な状況下でも誰もが尊厳を持って生きられるよう準備する
講岩手レインボー・ネットワーク主宰　山下梓氏
定40人（先着）
※1歳以上の未就学児の託児、手話通訳あり
申8月5日から電話・ファクスで（記入例のほか託児・手話通訳の有無、子どもの②・③）
※託児・手話通訳の申込は8月30日まで
場・問男女平等・ダイバーシティセンター〈アイリス〉（☎3464-3395 FAX3464-3398）

青山学院大学公開講座「アジアを見通す」（全5回）

日9月17日～10月22日の(土)11:00～12:30
※9月24日を除く
場青山学院大学（渋谷4-4-25）
内アジアの地域連合ほか
講青山学院大学国際政治経済学部教授　羽場久美子氏ほか
定250人（抽選）
申8月2～18日（必着）に往復ハガキで（記入例のほか過去の講座受講歴）、〒150-8366渋谷4-4-25青山学院大学庶務課公開講座担当へ
※青山学院大学HPで申込可、重複申込不可、詳しくは青山学院大学庶務課公開講座担当へ（☎3409-7955）
問生涯学習振興課生涯学習係（☎3463-3049 FAX3463-3822）

スポーツ

シニアスポーツ振興事業「健康ボウリング教室」（全4回）

日①8月29日、9月5・12・26日(月)
②8月30日、9月13・20・27日(火)
※いずれかを選択 8:00～10:00
場笹塚ボウル（笹塚1-57-10）
対在住で60歳以上の人
費2,000円（貸靴料・保険料込）
申電話またはファクスで（記入例のほか性別）、渋谷区ボウリング連盟へ（☎6383-4445 FAX3377-3300 担当:井口）
問スポーツ振興課スポーツ振興係（☎3463-3295 FAX3463-3822）

秋季区民硬式テニス大会

	日程		内容	
①	団体戦	9月4日(日)	女子初・中級	トーナメント方式の団体戦（シングルス1組・ダブルス2組）
		9月11日(日)	女子上級	
		9月25日(日)	男子上級	
		10月2日(日)	男子初・中級	
②	シニア大会	10月9日(日)	シニアダブルス戦 Ⅰ部（上級）・Ⅱ部（中級）・Ⅲ部（初級）	

※いずれも時間は9:00から、決勝戦は10月23日(日)
場スポーツセンターほか
対①在住・在勤・在学の硬式テニス連盟登録者、②在住・在勤・在学の硬式テニス連盟登録者で、年齢の合計が100歳以上のペア
費①1チーム6,000円、②1ペア2,000円
※事前に郵便振込
申①8月20日、②9月11日（いずれも必着）までに申込用紙と振込金受領書の写しを、〒151-0066西原1-40-18スポーツセンター内渋谷区体育協会へ郵送
※大会要項・申込用紙は渋谷区硬式テニス連盟HPでダウンロード可、詳しくは渋谷区硬式テニス連盟へ（☎090-7408-5421 担当:堤 ※18:00以降）
問スポーツ振興課スポーツ振興係（☎3463-3295 FAX3463-3822）

秋季バレーボール大会

	部門	日程
①	家庭婦人（9人制）	9月4日(日)
②	一般男子（6人制）	9月11日(日)
③	一般女子（6人制）	9月18日(日)

※いずれも時間は9:00から
場スポーツセンター
対在住・在勤・在学・在クラブで区協会登録チーム
費1チーム4,500円、登録料5,000円
申①8月10日、②8月22日、③8月29日までに電話で（☎090-2325-3722 担当:西部（にしべ））
問スポーツ振興課スポーツ振興係（☎3463-3295 FAX3463-3822）

募集

手工芸展作品

内9月9～15日に恵比寿社会教育館で開催する手工芸展の展示作品
募集作品手芸、陶芸、木工作品など
対在住・在勤・在学の人
申8月17日～9月4日9:00～20:00に、作品を恵比寿社会教育館へ持参 ※(日)は17:00まで、休館日を除く

▲昨年の作品（手芸、パッチワーク）

問恵比寿社会教育館（☎3443-5777 FAX3443-5778）

お知らせ

成年後見制度の利用費用の助成

重度の認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力が不十分な区民が、低所得でも成年後見人を利用できるよう、そのための費用の全部または一部を助成しています。
対①家庭裁判所への申し立てに必要な費用（申立費用、診断書代、鑑定費用など）
②家庭裁判所が決定する成年後見人の報酬
※要件がありますので、成年後見制度の利用を検討している人で助成を希望する場合は、事前に問い合わせてください。

> 「成年後見制度」は、認知症などにより判断能力が十分でない人の生活を支えるため、成年後見人などが福祉サービスや施設入所の契約・支払い、預金の引き出しや不動産売却などの財産の管理をサポートする法律の制度です。

問成年後見支援センター（☎5457-0099 FAX3477-2525）

渋谷区基本構想等審議会（第9回）を傍聴できます

日8月9日(火)15:00～17:00
場防災センター会議室（渋谷ヒカリエ8階）
内区の基本構想の改定などについて
※会場の都合により抽選あり
問経営企画課基本計画担当主査（☎3463-1589 FAX5458-4973）

ハガキ・ファクスなどの記入例は、8ページをご覧ください。

平成28年熊本地震災害義援金を受け付けています

4月に熊本県で発生した地震により被災された皆様へ、心よりお見舞いを申し上げます。区では被災された皆様への支援のための義援金を受け付けています。お預かりした義援金は、日本赤十字社または熊本県を通じて被災された皆様へ送り届けられます。
皆様の温かいご支援をお願いします。
受付期間 29年3月24日(金)まで
受付場所
- 区役所仮庁舎第1～3庁舎受付
- 出張所・区民サービスセンター
- 文化総合センター大和田

問 総務課総務係
(☎3463-1307 FAX5458-4922)

相談

就学相談

子どもの就学や学校生活の不安や悩みなどの相談に応じています。子どもの教育的ニーズなどに応じて、最もふさわしい就学先を保護者とともに考えます。
対 在住で、次のいずれかに該当する子どもと保護者
・29年4月に小学校へ入学予定の幼児
・現在小学校6年生の児童
・現在就学猶予または免除中で、29年4月から就学を希望する学齢児童・生徒
申 電話で
場・問 学務課特別支援教育係
(☎3463-2993 FAX5458-4953)

土曜発達相談会

日 8月20日(土)9:00～17:00
内 発達や育児の不安・悩みなど
対 在住の未就学児と保護者
申 8月19日までに電話で
場・問 子ども発達相談センター
(☎3405-9658 FAX3405-9666)

認知症相談会

	日時	場所
①	8月30日(火)14:00～16:30	ケアステーション本町
②	9月3日(土)9:30～12:00	ケアコミュニティ・原宿の丘

内「最近物忘れがひどくなった」「認知症の症状があり、どうしたらよいかわからない」などの悩み相談
相談員 渋谷区医師会医師
対 在住で、認知症の心配がある人とその家族(本人または家族のみでの相談も可、家族は区外在住でも可) 定 各3人(先着)
申 8月10日から地域包括支援センターへ電話で①ケアステーション本町(☎5334-9977)、②ケアコミュニティ・原宿の丘(☎3423-2112)
問 高齢者福祉課認知症施策推進主査
(☎3463-1890 FAX3463-2873)

官公署など

東京都子育て支援員研修(第二期)の受講者募集

内 保育や子育て支援分野の各事業に従事するために必要な知識や技能などを持つ「子育て支援員」の養成研修(地域保育コース、地域子育て支援コース、放課後児童コース、社会的養護コース)
対 在住・在勤で、子育て支援員として就業する意欲のある人など
申 8月15日(必着)までに所定の申込用紙に必要事項を記入し、〒163-0719新宿区西新宿2-7-1東京都福祉保健財団福祉人材養成室へ郵送(簡易書留)※募集要項・申込用紙は区役所仮庁舎第1庁舎2階保育課で配布、東京都福祉保健財団HPでダウンロード可
問(公財)東京都福祉保健財団福祉人材養成室
(☎3344-8533 FAX3344-8593)

ひったくりにご注意ください

- 車道と歩道の区別のない道路は特に気をつけましょう。
- バッグは建物側に持ち、ショルダーバッグはたすき掛けにしましょう。
- できるだけ明るく、人通りの多い道を選んで歩きましょう。

区民のコーナー

区民の皆さんの自主的な団体活動の紹介です。内容などは直接問い合わせて利用してください。
フラダンス(60歳以上の初心者対象) 木曜日 10:00～12:00/上原社教館/会費月2,500円/080-4953-3361 村瀬
リコーダー(中高年歓迎、見学可) 月曜日 10:00～12:00/長谷戸社教館/入会金2,000円/会費月4,000円 教材費実費/3461-6080 渡邉
囲碁(中級者<5級～2・3段クラス>対象) 土曜日 13:00～17:00/笹塚高架下施設/会費月500円/3377-1994 大藤
ギター(弾き語り、楽器貸出あり、初心者歓迎) 月2回の金曜日 18:00～20:30/幡ヶ谷社教館/会費月3,000円 教材費実費/080-3456-1657 辺見

渋谷区コミュニティバス
バス停 一時休止のお知らせ

バス停を一時休止し、迂回運行を実施します。

神宮の杜(もり)ルート(神宮前・千駄ヶ谷ルート)

日時	休止するバス停
8月20日(土)17:30以降発着する便 ※天候により8月21日(日)になる場合あり	「⑱明治公園前」「⑲千駄ヶ谷社会教育館」
8月27日(土)・28日(日)全日	「⑧明治神宮(原宿駅)」
8月28日(日)12:00～17:00	「⑩・㊶神宮前小学校(神宮前交番)」「⑪・㊵表参道ヒルズ」「㊴表参道駅」

※詳しくはバス停、バス車内の案内をご覧ください。
問 土木清掃部管理交通係
(☎3463-1854 FAX5458-4908)

施設のイベント情報

いずれの施設も月曜日(祝・休日の場合は翌日)は休館です。施設によって入館料が異なります。入館は閉館30分前まで。詳しくは問い合わせてください。

郷土博物館・文学館

場 東4-9-1(〒150-0011)
☎3486-2791 FAX3486-2793

◎写真展 昭和30年代の渋谷駅とその周辺Ⅳ－渡邉孝氏撮影写真から
日 8月7日(日)まで
◎渋谷を流れた川の写真展
日 8月13日(土)～10月16日(日)
内 昭和30年代まで区内各地を流れていた川の写真を紹介

▶昭和初期 恵比寿橋付近の渋谷川

松濤美術館

場 松濤2-14-14(〒150-0046)
☎3465-9421 FAX3460-6366

◎サロンクバヤ シンガポール 麗しのスタイル つながりあう世界のプラナカン・ファッション
日 9月25日(日)まで
- 学芸員によるギャラリートーク

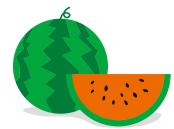
日 8月6日(土)・21日(日)14:00から
定 各40人(先着)
- 館内建築ツアー

日 8月20日(土)16:00～16:30 定 20人(先着)
- ワークショップ「ビーズ刺繍で小物づくり」

日 9月17日(土)10:00～13:00、14:00～17:00
※いずれかを選択
講 プラナカンビーズ刺繍作家 下山田幸子氏
定 各10人(抽選)
費 2,000円(材料費)
※要入館料
申 8月31日(必着)までに往復ハガキで(記入例のほか希望時間)、松濤美術館へ

ふれあい植物センター

場 東2-25-37(〒150-0011)
☎5468-1384 FAX5468-9385

◎企画展 ミックスナッツの世界地図
日 8月9日(火)～9月25日(日)
内 ミックスナッツに含まれているナッツ類の植物の原産地などを紹介
◎絵本読み聞かせ おはなし植物園:スイカの話
日 8月17日(水)15:00～16:00
内 絵本の読み聞かせとスイカの試食
対 4歳以上の子どもと保護者
定 15人(先着)
申 8月10日から電話で

親子で行こう！ 子ども向け施設で夏を遊びつくせ

情操を育み健全な育成を

フレンズ本町 児童青少年センター

▶所在地　本町6-6-2
▶開館時間　10:00～20:00（小学生のみは18:00まで）
▶対象　区内在住・在学の児童（青少年）と保護者

問児童青少年センター フレンズ本町
（☎3377-5160 FAX3377-5162
HPhttp://www.ss-kousya.com/2016/04/post-51.html）

①28年4月開設、認定こども園・地域交流センターが併設
②開放感あるローラースケート場
スタッフが優しく指導してくれます ※雨天中止
③3メートルの高さを誇るクライミングウォール

子どもたちが、世代・地域を越えて、あたらしい「つながり」をつくれるところです

運動をしたり、ものを作ったり、料理を作ったり、親子で見て楽しめる、新たなコミュニティの場！

感性と創造力を

こども・親子支援センター かぞくのアトリエ

▶所在地　代々木2-32-5
▶開館時間　9:30～17:30
▶対象　乳幼児～小学生と保護者

問こども・親子支援センター かぞくのアトリエ
（☎6276-5521 FAX5352-9890
HPhttp://kazoku-no-aterlier.com/）

①さまざまな分野の講師を招いて開催する「アートスクール」※土曜日のみ
②ユニークな遊具に囲まれたプレイルーム
③「おやこきょうしつ」で食育をテーマにとまとそーめんをつくりました

できあがり

子どもが遊び感覚で料理のお手伝いができて楽しい！

※各施設のイベントは8ページ参照

このコーナーでは、まち歩きにぴったりな渋谷区のおすすめスポットをエリアごとに紹介していきます。

清正井（きよまさのいど） 明治神宮御苑内

代々木神園町

（画像提供：明治神宮）

明治神宮内にある都内では珍しい湧水の井戸です。治水・干拓の技術に優れていた武将・加藤清正が自ら掘ったといわれており、今でも澄んだ水が湧き出ています。約36,000本の木々が生い茂る自然豊かな癒やしのスポットです。

バードサンクチュアリ 代々木公園内

代々木神園町

（画像提供：公益財団法人東京都公園協会）

野生鳥獣類の生息域保全を目的として、日本で最初に作られた鳥獣保護区（バードサンクチュアリ）です。保護区内への立ち入りはできないものの、周辺ではたくさんの野鳥を観察できます。